

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan data dan analisis lapangan mengenai gambaran *body dissatisfaction* pada wanita dewasa awal di desa Mojo (fenomenologi pada wanita yang mengalami masalah berat badan), terbukti bahwa sejumlah 10 informan mengalami *body dissatisfaction* dan 5 informan lainnya tidak mengalami *body dissatisfaction*. Sehingga dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Konsep diri wanita dewasa awal di desa Mojo mendapatkan hasil yang menyatakan bahwa informan menyadari akan penampilannya yang tidak sesuai dengan standar kecantikan yang berlaku di masyarakat. Dengan rasa inseyurnya mereka mencoba membatasi diri dari orang lain. Faktor yang paling mempengaruhi berasal dari aspek fisik, aspek psikologis, aspek sosial. Sedangkan faktor yang kurang mempengaruhi berasal dari aspek pengendalian diri.
2. Faktor yang menyebabkan timbulnya *body dissatisfaction* pada wanita dewasa awal beragam, faktor yang paling mempengaruhi berasal dari aspek budaya. sedangkan faktor yang kurang mempengaruhi berasal dari aspek sosial dan biologis. Beragam permasalahan seperti komentar buruk dari orang lain atau diskriminasi perlakuan akan membuat informan yang mengalami *body dissatisfaction* semakin tidak menyukai tubuhnya.
3. Cara membangun rasa kepercayaan diri pada wanita dewasa awal yang memiliki *body dissatisfaction* memiliki beberapa faktor yang berasal dari aspek kognitif, aspek sosial, aspek fisik, dan aspek pengembangan diri. sedangkan faktor yang kurang mempengaruhi berasal dari aspek emosional.

B. Saran

Dari penelitian yang dilakukan peneliti memberikan saran kepada :

1. Secara Teoritis

Penelitian ini bersifat khusus atau spesifik dan objektif di desa Mojo dengan fokus masalah berat badan Wanita yang mengalami body dissatisfaction. Oleh karena itu untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat fokus masalah penelitian bagian tubuh yang lain dari masalah berat badan dan perluasan gender.

2. Saran Praktis

Hasil temuan dapat dijadikan pengetahuan dan wawasan untuk lebih mencintai diri sendiri dan menerima kekurangan dengan kelebihan yang dimiliki. Pentingnya menjaga pola hidup yang sehat dan rasa percaya diri, harus dimiliki oleh setiap individu.